

ДИКСИ АНДЕЛИН ФОРСАЙТ



НОВОЕ ОЧАРОВАНИЕ ЖЕНСТВЕННОСТИ

как пробудить свою силу и сберечь любовь

Дикси Анделин Форсайт+
Новое очарование
женственности. Как пробудить
свою силу и сберечь любовь
Серия «Лучшее от Хелен Анделин.
Книги-бестселлеры о женственности»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69431314

*Новое очарование женственности : как пробудить свою силу и
сберечь любовь / Дикси Анделин Форсайт ; [перевод с английского А.*

Безруковой]. – : , : Эксмо; Москва; 2023

ISBN 978-5-04-189569-3

Аннотация

«Новое очарование женственности» предлагает по-новому взглянуть на женские и мужские границы, Его гордость и Ее непосредственность, распределение ролей в семье и даже умение ссориться. Эта книга – итог труда трех поколений семьи Хелен Анделин, автора лонгселлера «Очарование женственности». Перед смертью она передала старшей дочери черновики новой книги и попросила сделать ее еще более практичной и современной. Дикси Анделин использовала результаты исследований мужа – нейропсихолога, изучающего архитектуру

нашего мышления и ее влияние на отношения; свой многолетний опыт преподавания на курсах женственности, отзывы учениц и их результаты; а также бесценные советы дочерей, которые помогли сделать книгу актуальной и полезной для женщин, стремящихся к гармоничным отношениям.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Благодарность	7
О книге	9
Глава 1	14
Часть 1	20
Глава 2	22
Женщины оберегают цивилизацию	23
Женственная Женщина: портрет в полный рост	25
В чём значимость женщины	28
Лидеры, музы, вдохновительницы	30
Богини уюта	33
Матери мира	33
Зачем это всё?	35
Быть мамой – это навсегда	36
Мы нужны мужчинам	37
Глава 3	40
Сила мужественности	41
Из женщины мужчины не выйдет	44
Конец ознакомительного фрагмента.	45

Дикси Анделин Форсайт
Новое очарование
женственности: как
пробудить свою силу
и сберечь любовь

Dixie Andelin Forsyth

FASCINATING WOMANHOOD FOR THE TIMELESS
WOMAN

Copyright © Axicon Circle, LLC, 2018

DBA Fascinating Womanhood

All rights reserved



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

© Безрукова А., перевод на русский язык, 2023

Благодарность

Большое спасибо всем, кто так или иначе помогал, поддерживал меня на протяжении четырёх лет работы.

Мой муж Боб и сын Ричард, спасибо вам за то, что каждый день неотступно были рядом. К вам всегда можно было обратиться. Я чувствовала вашу поддержку и без вас бы точно не справилась.

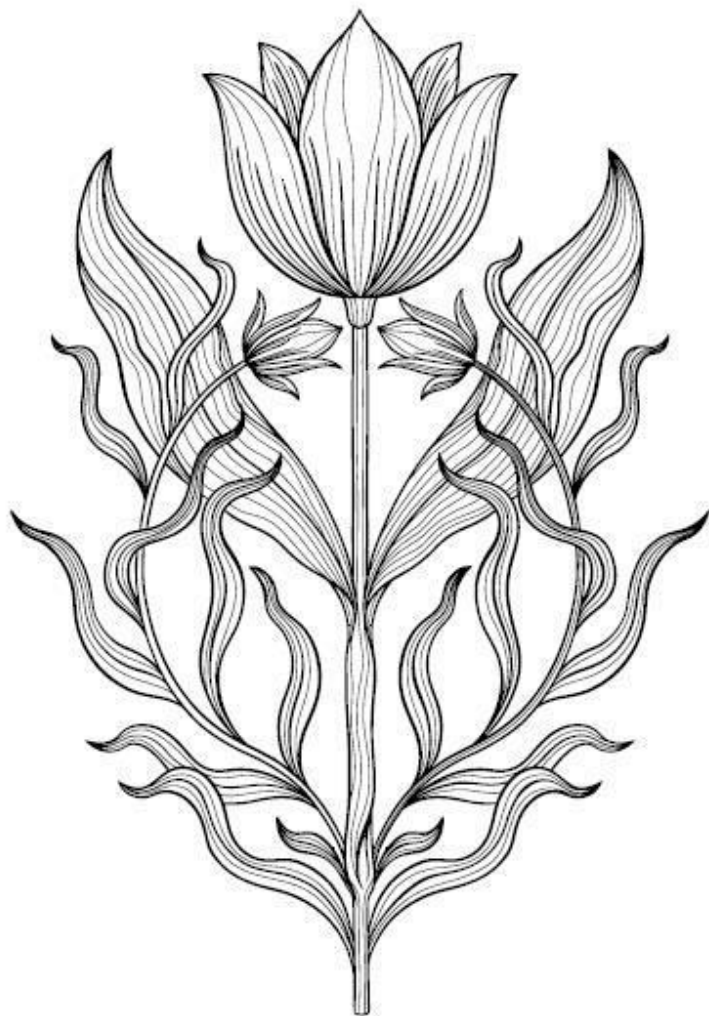
Мои дочери, Мелисса, Аманда и Черри, спасибо за бесценный вклад: вы внимательно читали выдержки, делились своими впечатлениями и пожеланиями.

Мои сёстры Кристина, Джинни и Мерили, спасибо вам за любовь, внимание, уточнения и правки, внесённые в самые первые наброски-черновики. Вы – бесценные консультанты, потому что, как и я, с детства постигали принципы «Очарования женственности». Ваше мнение было для меня безумно важно.

Сердечно благодарю за поддержку и помощь Марту Картерс, нашего директора в Бразилии.

Вдохновляли и другие члены семьи, особенно мои дети Тиффани, Джон и Джина, и мои братья Джон и Пол.

И огромное спасибо вам, дорогие читательницы и читатели, за ваши истории, отзывы и поддержку. Вы вдохновляете меня каждый день.



О книге

*«Нет ничего прекраснее, чем любить человека
всем сердцем и душой, зная, что твоя любовь
взаимна».*

Карен Костила

Моя мама, Хелен Анделин, выпустила свою книгу «Очарование женственности», когда мне было 13 лет. Мама писала её четыре года и при этом успевала проводить время с нами, своей семьёй. А ведь было у неё восемь детей, и младшая из нас, Мэрили, только родилась. Мама вставала в четыре утра, чтобы поработать над книгой, прежде чем заняться повседневными делами. Иногда она уезжала на неделю, чтобы писать, ни на что не отвлекаясь. В это время бабушка и папа вели домашнее хозяйство, иногда им помогала и я. Мне нравилось готовить для семьи и возиться с младшими.

С самого детства я росла в соответствии с принципами «Очарования женственности», хотя и не давала себе в том отчёта. Я даже не понимала, как вообще могут нравиться мальчишки, они казались мне противными. Какие мальчишки, зачем они? Куда приятнее представлять себя принцессой. Или играть в дочки-матери с куклами. Но перед глазами был яркий пример: изо дня в день я видела отношения моих родителей. Помню, не раз наблюдала из окна, как они гуляли по саду, взявшись за руки. Они очень ценили время, кото-

рое им удавалось провести друг с другом. И нам с сёстрами повезло, что мама с детства показывала нам, как понимать и уважать мужчину. Сейчас мы все счастливы в браке, и это всё благодаря нашим родителям, особенно маме.

Когда в 1963 г. «Очарование женственности» только вышло в свет, мама даже не подозревала, что книга станет бестселлером. Она хотела лишь рассказать о своём опыте, который помог ей жить в браке, полном любви и заботы.

И это её желание выросло в настоящее учение, у которого появилось более полутора тысяч учителей-последователей, они активно пропагандировали и распространяли её опыт по всему миру. Мама выступала на телевидении и радио, о ней писали статьи в популярных газетах и журналах, её книгу перевели на семь языков. Она написала ещё две книги: «Очаровательная девушка» для одиноких девушек и «Всё о детях» для матерей. Папа, вдохновившись её примером, написал книгу о мужественности – «Мужчина из стали и бархата».

Хватало, конечно, и критики, особенно от феминисток второй волны. Возможно, они думали, будто мама излишне навязчива, что она хочет подчинить влиянию своей книги вообще всех женщин. Но она далека была от таких амбиций. Мама просто хотела поделиться своим опытом с теми, кому важно создать и сохранить счастливый брак.

Перед смертью мама сообщила мне, что хотела бы переиздать книгу, дополнить её новыми мыслями и идеями. Она

говорила, что книгу не мешало бы обновить для новых поколений. Разумеется, что-то остаётся неизменным даже спустя годы, и в основе «Очаровании женственности» лежат принципы, актуальные и по сей день. Так что этот текст – дополнение к маминой работе, и оба они созданы ради счастья женщин и помощи им в создании браков их мечты.

Один из образов, который нам оставила мама, – образ женщины как двойственного существа, в котором сочетаются ангельские и человеческие начала.

«Внутренний ангел» всякой женщины – это те черты характера, без которых невозможно построить долгоиграющих романтических отношений. С их помощью мы учимся понимать мужчин, узнаём, как построить своё счастье и стать «богиней домашнего очага». Рядом с женщиной, которая обладает ангельскими качествами, мужчина чувствует спокойствие и умиротворение, и за это он почти боготворит любимую.

Человеческие же качества делают нас притягательной, женственнее и загадочнее в обычном, земном понимании.

В этой книге я кратко объясню основные принципы учения моей матери и дополню их новыми знаниями, собранными уже без мамы за последние годы. Всё это поможет вам повысить самооценку и укрепить брак. Кроме того, я добавила отдельную главу для одиноких женщин, которые пока лишь ищут своего Единственного.

Мне кажется, сейчас это мамина школа важна, как нико-

гда. На земле всё больше разводов и разбитых сердец. Разумеется, существует множество книг по психологии брака и отношений, но в них не говорится о важной роли, которую играет женственность. Именно о ней я и хочу рассказать. Надеюсь, мне удастся помочь вам наладить отношения.

Взявшись за эту книгу, я поставила перед собой три цели.

Первая. Помочь вам вновь обрести женственность.

Женственность – наша внутренняя опора. Она наделяет нас собственной силой, которой нужно научиться правильно пользоваться. Также она помогает нам быть свободными, а не становиться приложением к мужчине. О своей свободе важно помнить.

Вторая. Объяснить, как вдохновлять мужчину быть мужественнее.

Женское влияние на мужчину подчас очень сильно. Они отличаются от нас не только физически, но и ментально, у них есть свои мужские потребности.

Вы узнаете, как сделать так, чтобы они не могли отвести от вас глаз.

Многому из того, что я вам расскажу, матери учили дочерей испокон веков. Увы, в наше время всё это почти забылось.

Третья. Помочь вам создать любовь на всю жизнь. Если вы хотите, чтобы ваш брак был долговечным, если ваш супруг – хороший человек, у вас есть практически всё, что вам нужно. Осталось лишь применить на практике советы из

этой книги, и ваша жизнь наполнится счастьем.

Узнаете, на сколько важнейших факторов способны повлиять лично вы, если будете действовать сознательно и последовательно. Когда вы изменяете себя к лучшему, это вдохновляет на перемены и окружающих. В этом и заключается магия отношений.

Советы из этой книги будут помогать вам на протяжении всей жизни. И, если вдруг заметите, что сами не идеальны, книга поможет не падать духом, не опускать руки. Никто не идеален, и я в том числе. Главное – это усердие. Если вы будете внимательно относиться к своей жизни, даже к повседневным мелочам, вы добьётесь результатов, которые превзойдут ваши ожидания. Мы получали множество отзывов с благодарностями от женщин, мужа которых стали относиться к ним с ещё большими любовью и уважением, чем прежде. Да, вам предстоит непростой путь, на котором никто не застрахован от ошибок, – в том числе и автор этих строк. Заметив «что-то не то», нужно остановиться и понять, в какую сторону повернуть, куда идти дальше. И всегда помнить: ты не останешься одна. Пока совершенствуешься, пока готова учиться и меняться, тебя будут любить.

Глава 1

Глубокое море любви

«Только любовь, а не разум, сильнее смерти».
Томас Манн

В древней Греции выделяли четыре вида любви. Агапэ – любовь к Богу, щедрая и чистая. Эрос – сексуальная страсть, любовь к красоте. Филия – платоническая любовь между друзьями, братьями и сёстрами, одноклассниками, коллегами. Когда нравится проводить время вместе, получая удовольствие от жизни. И четвёртый вид любви – сторге. Это любовь, которая прощает недостатки и готова сражаться до победного. Так родители любят своих детей или жители страны – свою родину.

В английском и русском языке для всех оттенков этого чувства существует лишь одно слово – «любовь». Есть, конечно, и другие слова вроде «нравиться», «обожать», но о чём бы мы ни говорили – о Боге, друзьях, детях, книгах, фильмах – предпочитаем слово «любить», и об оттенках его значения можно догадаться только по контексту.

К примеру, если мы говорим «я люблю макароны» – это вовсе не значит, что мы бы хотели сыграть с макаронами свадьбу или молиться на них: нам просто нравится их есть. Мы можем сказать «я люблю нашего преподавателя», но вряд ли

бросимся ради него под пулю. Иногда под любовью мы подразумеваем одно лишь сексуальное влечение. Это чувство не обещает вам «жить долго и счастливо, в болезни и в здравии». Отношения, построенные лишь на сексе, обречены на провал: влечение ослабевает, а влюблённые зачастую скоропалительно решают, что «любовь прошла».

В этой книге, и особенно в этой главе, я буду говорить о самой подлинной, глубокой любви, которую могут испытывать друг к другу мужчина и женщина. Это жаркое чувство, вечная романтика. В нём собраны все четыре вида любви, описанные греками. Это то самое чувство, которое выдерживает любую разлуку и не заканчивается даже после смерти. Именно эта любовь дарит нам истинную радость и наделяет нашу жизнь смыслом.

«Ты понимаешь, что влюбился, когда не можешь уснуть, потому что реальность наконец-то оказывается лучше любых снов».

Доктор Сьюз

Та любовь, о которой я вам расскажу, – глубока и бездонна. Она обогащает вас эмоционально и духовно, не требуя ничего взамен.

Идёт время, а вы всё больше уважаете своего спутника, всё выше цените время, проведённое вами вместе, пусть даже за повседневными делами. Вы становитесь ближе, осознаёте, что друг для друга вы важнее всего на свете и ваш партнёр понимает вас лучше всех. Вы знаете друг о друге всё и

можете без опаски открыть друг другу самые сокровенные тайны. Вы любите друг друга, несмотря на обоюдные промахи и недостатки. Ваша взаимная страсть при этом никуда не уходит, она лишь дополняет любовь.

Эта любовь – настоящая. Она полна жизни, в отличие от увлечения. Увлечение может стать «зацепкой» и постепенно перерасти в любовь, но может и сойти на нет, тут многое зависит от вас. К сожалению, люди часто путают эти чувства. Когда яркость увлечения ослабевает, они впадают в уныние, сожалея, что любовь прошла. Я же предлагаю вам взглянуть внимательнее: вы увидите, скольких ещё граней отношений вы просто не заметили.

Конечно, вы можете со мной не согласиться: ну и где она сегодня, эта так называемая настоящая, нерушимая романтическая любовь? Как она может существовать в реальности, когда вокруг столько отрицательных примеров? И неужели её можно найти и сохранить? Конечно же, возможно. Чем больше вы узнаете об этом чувстве, тем ошутимее вырастут ваши шансы. А книга моей мамы послужит вам навигатором.

Посмотрите повнимательнее вокруг: среди друзей, родственников, даже просто соседей есть немало пар, которые счастливо живут вместе, а их любовь – та самая, настоящая. Просто они предпочитают не выставлять её напоказ, интуитивно зная: любовь – сокровище тайное. Она не выставляет себя на всеобщее обозрение. Иной раз мы узнаём о гармоничных парах совершенно случайно, только потому, что нам

однажды повезло познакомиться. Везёт не всем, так что может показаться, что всё это лишь выдумка романтиков. На самом же деле настоящая романтическая любовь есть. Просто она затеряна в мире многочисленных суррогатов, имитаций, литературных и прочих штампов.

Что же нужно, чтобы достичь такого уровня отношений? Многое зависит от вас, и первый шаг – поверить в саму возможность романтической любви. И пусть пример моих родителей, знакомых и мой будут для вас доказательством её существования. А что делать дальше, расскажет эта книга.

«Нет магии сильнее, чем любовь, мощнейшая эмоция из всех».

Автор неизвестен

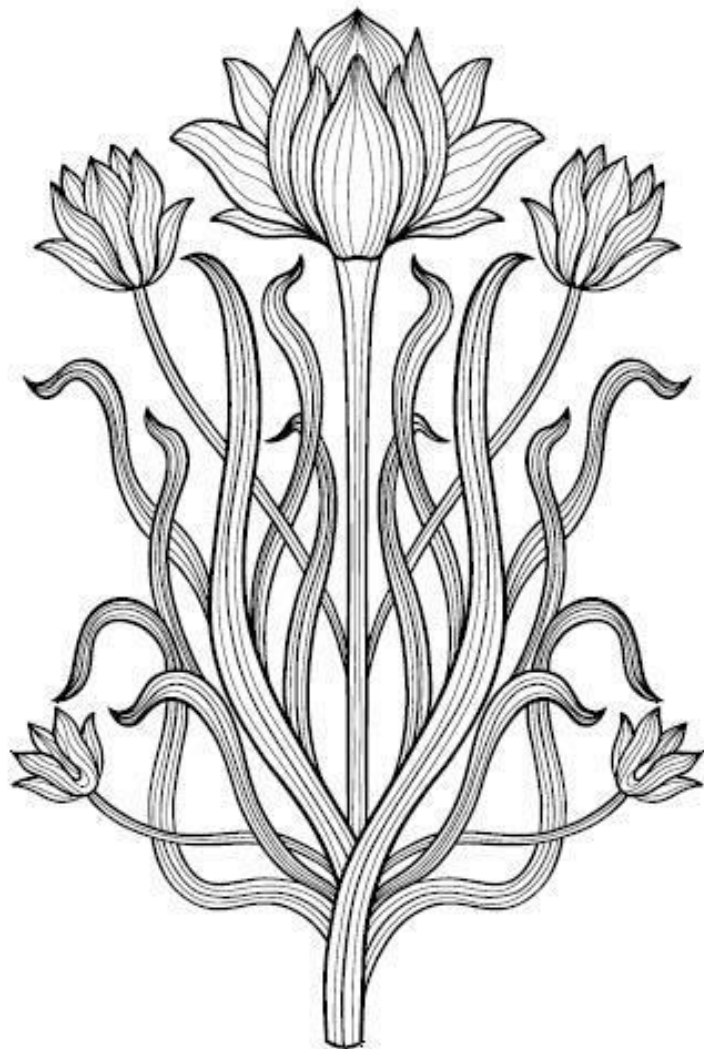
Что вы узнаете из этой книги:

- **Что такое романтическая любовь и как её добиться**
 - **О мужчинах и женщинах, чем мы схожи и чем отличаемся**
 - **Как понять себя и осознать свою значимость**
 - **Что такое женская сила, откуда она в нас**
 - **Как обернуть свои слабости себе на пользу**
 - **О различиях в работе мозга мужчины и женщины**
- и о том, как их понимание поможет вам укрепить ваши отношения**
- **Что такое женственность, как она влияет на вашу привлекательность для партнёра**

- Как производить впечатление на мужчину внешностью и поведением
- Как стать очаровательной
- Почему физическая красота – не залог долговечных отношений
- Плюсы и минусы феминистического движения
- Как помочь мужчине проявлять себя с лучшей стороны
- Какие женщины нужны достойным мужчинам
- Что такое мужская гордость, как помочь мужчине разрушить его стену отчуждения
- Четыре уровня близости, почему важно проходить их в определённом порядке
- Как характер влияет на прочность романтических отношений
- Что такое личные границы и почему они важны
- Как создать в доме атмосферу уюта и комфорта
- Как помочь партнёру, если он совершает ошибки
- Как оставаться привлекательной и желанной, даже если вы злитесь
- Каких мужчин стоит избегать
- И многое другое!

*«Любовь – это непреодолимое желание быть
непреодолимо желанным».*

Марк Твен



Часть 1

Возвращение к женственности

«Иногда необходимо вновь осознать свою красоту».
Голуэй Киннелл

В этой части я расскажу вам, как пробудить в себе природную женскую силу и как она поможет вам достичь любви и счастья в отношениях. Вы найдёте свою внутреннюю ценность, узнаете, что делает вас уникальной, с какими вы можете столкнуться проблемами и как их решать, а также как развивать своё очарование и почему оно так важно.

Женственность дана каждой из нас от природы, но мы растеряли её в стремительно меняющемся мире. Во многих культурах матери больше не учат женственности дочерей. Всё чаще за женственность и гендерную идентичность клеймят и порицают. К сожалению, мы живём во времена «токсичной маскулинности», где, чтобы считаться женщиной, достаточно носить женскую одежду и делать макияж. Это невероятно поверхностное суждение. Против женщин ведётся война. Утверждают, что это ради нашего блага, люди борются за наши права, рабочие места для женщин и улучшение их положения в обществе и в политике, однако это не так. На самом деле это борьба против нашей идентичности,

нашего права быть женственными.

Я всё чаще замечаю, как нелегко женщинам вокруг разобратся в себе. Они забывают о том, что такое быть женщиной, и почему это важно. Да, мы добились возможностей для развития карьеры, получили больше прав, но потеряли радость жизни.

Нам необходимо вернуть свою женственность, не внешнюю, но внутреннюю. Она есть в каждой из нас, просто не каждая научилась пользоваться этой своей силой. Женственность – вот путь к счастью и гармонии с собой и миром.

Глава 2

Ваш безграничный потенциал

«Если бы не было женщин, все деньги мира ничего бы не значили».
Аристотель Онассис

Женщины невероятно значимы. Для моей мамы это не было секретом. Она выросла в традиционной семье, но прекрасно осознавала собственную ценность и свой потенциал. И все её близкие друзья и родные – тоже. Мама очень любила своих братьев, отца, мужа и чувствовала, что это взаимно. Гармоничные отношения были так естественны и органичны для мамы с раннего детства, что она была уверена: все женщины живут так же.

С тех пор многое изменилось. В массовой культуре всё чаще толкуют о так называемой «гендерной флюидности», проще говоря, о том, что и мужчинам, и женщинам в разных пропорциях присущи качества обоих полов. Более того, всё чаще авторы-исследователи запросто отрицают многие особенности, свойственные женщинам, считая их проявлениями слабости или предрассудками. Даже розовый цвет одежды нынче не приветствуется.

Быть женщиной почему-то сегодня стало едва ли не стыдно.

Но мы не можем быть похожими на мужчин, ведь природа одарила нас существенными отличиями — не только теми, что очевидны внешне. Наши тело и мозг работают иначе. Мы настолько отличаемся, что даже медицина подходит по-разному к решению наших проблем.

Женщины прекрасны от природы, и мужчины ценят в нас это. Развив внутренний потенциал, мы можем получить истинное удовольствие от жизни. Я хочу, чтобы, прочитав эту книгу, вы поняли: быть женщиной не просто приятно. Если вы научитесь пользоваться всем, чем наделила вас природа, вы сможете получать от жизни намного больше, чем что-то «просто приятное». Вы взглянете на себя иначе и раскроете новые возможности самореализации. Всё, что вам нужно, написано на страницах этой книги.

Женщины оберегают цивилизацию

Мужественность и духовность — украшение мужчины. Без мужской поддержки нам было бы сложно, ведь они подчас куда сильнее нас. Они готовы на подвиг, и их смелость служит примером для детей. Однако без женской нежности становятся куда более агрессивными: слишком много в их крови тестостерона. Мужчинами движет либидо и дух соперничества, и это может привести к конфликтам между ними. Такими уж они рождены, но это не повод ставить на них крест. Представителям сильного пола бывает подчас сложно спра-

виться с необузданными инстинктами, с большой и нередко агрессивной силой. И мы, женщины, сумеем помочь им направить необузданную энергию в мирное русло. Мужчины – стратеги: они способны созидать, организовывать цивилизацию, но часто упускают из виду то, что для женщины кажется очевидным. Поэтому мы *нужны* им. Если женщин нет рядом, женщины забывают о нравственности и чести, мужчины забывают о цивилизованности. О человечности. И для отдельно взятой семьи, и для целых народов это словно смертный приговор. Горе мужчинам, женщины которых теряют нравственность, а зачастую впадают в обычную распущенность, едва ли не возводя в культ супружескую измену.

*«Если женщина идёт по неверной дорожке,
мужчина следует за ней».*

Мэй Уэст

«Очарование женственности» поможет пробудить вашу женскую силу, научит вдохновлять в партнёре мужественность и строить с ним долговечные отношения. В таких отношениях мужчина – лидер, защитник, а женщина дополняет его чувственностью и интуицией. Именно такие пары создают самые крепкие семьи, на которых держится вся нация.

Женственная Женщина: портрет в полный рост

Кто же мы такие, женщины? Почему незаменимы? Для нас на первом месте стоят отношения с близкими, особенно родными и друзьями, но нас может волновать и судьба людей, которых мы даже никогда не встречали. Мы соболезуем голодающим и нищим, часто возглавляем общественные организации помощи обездоленным. Разумеется, и мужчины умеют сопереживать, но женщины – основа всех благотворительных фондов, и зачастую именно они добиваются особых успехов в областях, связанных с помощью и поддержкой нуждающихся.

Мы обладаем невероятной силой, однако многие из нас даже не подозревают об этом. Более того, даже те из нас, кто об этой силе знает, не всегда умеют ею правильно воспользоваться. А зря: именно мы способны даже изменить мир – в первую очередь, мир тех, кто нам дорог.

Да, иногда, как я писала выше, мы добиваемся своих целей очень настойчиво, но всё-таки редко бываем по-настоящему агрессивными. Обычно нас куда больше заботит благополучие близких – ещё бы! Именно тут сокрыт один из источников нашей силы. В попытках помочь дорогим нам существам мы порой забываем о себе и своём здоровье.

Хотя у нас есть внутренний эмоциональный стержень, мы

весьма чувствительны к деталям повседневности. Мы любим занятные безделушки, рукоделие и прочее домашнее творчество. Ценим красоту, и поэтому нам хочется *ощущать себя* красивыми. Поэтому мы уделяем много внимания внешности, экспериментируем со своим образом. Нам нравится подбирать себе одежду, в которой мы чувствуем себя привлекательными. Именно поэтому индустрия моды и красоты в основном направлена на женщин. Без нас бы она просто не существовала.

Мы также стараемся делать красивым и мир вокруг. Вы же помните фразу «В доме не хватает женской руки»? Всё верно: когда о быте заботится женщина, жилище становится домом, радует глаз. В нём царит атмосфера уюта, которая загадочным образом испаряется, стоит женщине на пару недель уехать.

Женщины мечтают о романтической любви. Нам нравится любить и чувствовать, что нас обожают, знать, что есть на кого положиться, рядом человек, который поддержит и защитит. Конечно, мы и сами можем обеспечивать семью и развивать свои таланты, но нам важно и приятно, когда не приходится *всё* делать в одиночку. Даже если занимаемся карьерой, семья остаётся на первом месте. Мы любим своих детей и, если нужно, рискуем жизнью ради их здоровья.

В мире намного больше благородных женщин, чем мужчин. Нам часто очень важно совершать хорошие дела, даже если мы не получаем за это признания. Более того, многие из

нас предпочитают оставаться в тени, ведь возможность помогать дороже славы и публично высказанной благодарности. И мы готовы на очень многое, чтобы сделать счастливыми порой даже малознакомых людей. Если они не ценят этого, нам бывает больно, и всё-таки мы самоотверженно бросаемся им на помощь.

Как и мужчины, женщины могут быть лидерами, служить для людей примером смелости и доброты. Единственное отличие лидеров-женщин от мужчин – женственность. Кроме того, женщины редко специально выделяют промежуточные задачи для достижения какой-то одной конкретной цели. У нас куда сильнее развита многозадачность: мы можем одновременно готовить ужин, стирать, отвечать на дверной звонок и вести светскую беседу. Мужчинам это даётся сложнее. Мой муж постоянно говорит мне: «Если я готовлю шашлыки – я готовлю шашлыки. Не отвлекай меня». Ему нравится сосредотачиваться на чём-то одном. Конечно, он, как и все мужчины, может выполнять и несколько задач одновременно, но это отнимает у него много сил.

Женщины – ещё и матери, а это самая сложная и неблагодарная работа на свете. Чтобы исполнить её хорошо, нужно потратить столько усилий, усердия, нужно быть смелой, терпеливой, отдавать ребёнку всю любовь и внимание. В то же время работа мамой приносит ни с чем не сравнимое удовольствие. Однажды став матерью, женщина не перестанет быть ею до конца жизни.

За что бы мы ни взялись, добиваемся результатов благодаря женским талантам, которыми природа одарила именно нас. И если вы пока их в себе не открыли, вам поможет эта книга.

В чём значимость женщины

Чтобы у вас в жизни появилась романтическая любовь, необходимо поверить в себя. Без веры в себя у вас не получится общаться с людьми так, как вам бы того хотелось. Вера, уверенность начинаются с понимания. Поймите себя – и перед вами откроется невероятное количество новых возможностей.

К сожалению, роль женщины не всегда высоко ценили в обществе. Когда-то к нам относились как к рабыням, отдавали замуж без нашего согласия, издевались, не давали принимать самостоятельных решений. В некоторых странах до сих пор унижают девушек, когда у них идут месячные. Не имея возможности даже купить прокладки, девушки вынуждены сидеть взаперти, пропуская занятия в школе или университете. А ведь это может плохо сказаться на их возможностях в будущем. В других странах на могильных камнях женщин не указывают ни их имён, ни даты рождения и смерти. Родные мужчины девушки, которые должны бы любить и защищать её, могут убить её, просто потому что им так захотелось.

Но вся эта архаическая дикость не отменяет нашей зна-

чимости.

Женщины делают для блага мира не меньше мужчин. Мы можем быть лидером, учёным, художником, музыкантом, поэтом, руководить крупной компанией. Но, на мой субъективный взгляд, социальное положение никак не влияет на значимость женщины. И уж тем более оно не умаляет ценность мужчины. Все – и мужчины, и женщины – одинаково важны для мира. У каждого известного человека, будь он королём, героем, изобретателем, была мама, выносившая и родившая его. Почти каждого из нас вырастила женщина. Большинство учителей начальных классов – женщины, и они обучают чужих детей¹.

Историческая статистика: намного больше женщин погибло во время родов, чем мужчин пало в боях². Женщины умирали либо в процессе родов, либо из-за осложнений при беременности³. На первый взгляд, невероятно. Но, в сущности, войны – не такое уж частое явление, а дети рождаются каждый день. Не так давно, чуть более сотни лет назад любая

¹ По данным последнего опроса бюро статистики труда США, количество воспитателей-мужчин в яслях и детских садах составляет всего 2,3 %, количество учителей-мужчин в средних школах – 18,3 %, в старших школах – 42 % (здесь и далее – прим. автора).

² До того как начала развиваться медицина, роды были наиболее частой причиной смерти женщин. По самым умеренным подсчётам, смертность составляла 1 к 100. В наше время каждый год во время беременности и родов умирают 287 000 женщин, 99 % из них живут в развивающихся странах (по данным организации Maternity Worldwide).

³ Махмуд Фатхалла, организатор инициативы Safe Motherhood.

женщина прекрасно осознавала, что рискует жизнью. А ведь смерть матери оставляет неизгладимый след на всей семье, и особенно на осиротевших детях. Порой они оказываются в голоде и нищете.

Именно нам – женщинам – выпала честь рожать детей, их воспитанием тоже по большей части занимаемся мы. Вряд ли можно найти более весомый вклад в развитие человечества.

Лидеры, музы, вдохновительницы

Женщины становились и лауреатами Нобелевской премии, и монархами, и писателями, возглавляли корпорации. Истории известно множество случаев, когда женщины рисковали жизнью ради всего мира и вдохновляли людей на подвиги.

Яркий пример – «леди с лампой» Флоренс Найтингейл, сестра милосердия из Великобритании, которая активно боролась за улучшение гражданской и военной медицины. Её деятельность вдохновила людей на создание Международного Комитета Красного креста. Её современник Люсьен Боден писал о ней: «Эта хрупкая женщина... выходила раненых целых трёх армий».

Вот список женщин, которые оказали огромное влияние на этот мир, просто чтобы напомнить, какой невероятной силой мы обладаем:

1. *Ади Рош*: основала организацию помощи сиротам, потерявшим родителей в ядерных катастрофах.
2. *Абигейл Адамс*: наладила отношения между бывшими президентами США.
3. *Аун Сан Су Джи*: посвятила жизнь борьбе с диктатурой и установлению демократии в родной Бирме.
4. *Кэрри М. Томас*: известная деятельница в сфере образования.
5. *Корри Тен Бом*: во время оккупации Нидерландов во Второй мировой войне создала подпольную организацию для спасения евреев.
6. *Малала Юсуфзай*: пакистанская правозащитница, выступает за доступность образования для женщин во всём мире. Самый молодой лауреат Нобелевской премии.
7. *Висака Дармадаса*: борец за мир на Шри-Ланке.
8. *Сакагавея*: помогала экспедиции Льюиса и Кларка исследовать северо-западные территории США.
9. *Робин Лим*: работает акушеркой, открыла сеть клиник *Yayasan Bumi Sehat*, в которых предоставляют бесплатные услуги по дородовой помощи, принимают роды и оказывают медицинскую помощь тем, кому она необходима.
10. *Королева Эмма*: открыла больницы и школы на Гавайях.
11. *Харриет Тубман*: возглавляла американскую сеть активистов по борьбе за права темнокожих «Подземная железная дорога», помогала рабам выбраться на свободу.

12. *Клара Бартон и Флоренс Найтингейл*: основали Красный Крест.

13. *Чи Нгуен*: помогала беспризорным детям во Вьетнаме.

14. *Доктор Хава Абди*: сомалийский врач, открыла больницу для женщин. Рискуя жизнью, помогала детям и тем, кто лишился дома во время гражданской войны в Сомали. За это была номинирована на Нобелевскую премию мира.

15. *Дороти Хамберт*: в 70 лет отважилась получить образование в колледже, молодость не предоставила ей такой возможности. Решительностью вдохновила множество женщин.

16. *Иммакуле Илибагиза*: выжила во время геноцида в Руанде, написала автобиографическую книгу «Оставлена рассказать: открытие Бога среди руандского холокоста». Вдохновляет своей историей множество людей по всему миру, рассказывает о целительной силе прощения.

17. *Кэтрин Джонсон, Дороти Воган и Мэри Джэксон*: математики, инженеры, внесли значительный вклад в работу НАСА во времена космической гонки между США и СССР: они вычисляли траекторию полётов для различных космических программ НАСА.

Этот список можно продолжать до бесконечности, и он будет состоять лишь из известных женщин. А ведь жизнь миллионов проходит незаметно, хотя они не менее самоотверженно многим жертвуют, а то и рискуют жизнью ради любимых. Верные, трудолюбивые, на них держится мир. Воз-

можно, вы – одна из них. И хотя большинство из нас живут обычной жизнью, мы можем добиться удивительных успехов в той сфере, которую выберем.

Богини уюта

Женщины – основа домашнего очага, создательницы семейного уюта и общественного спокойствия. Наш природный талант – быть матерями и превращать место, где мы живём, в самое комфортное на свете. У нас дома всегда царит атмосфера тепла, и её замечают гости. Наши усилия не напрасны: результат помогает родным и друзьям быть сильными, а на сильных людях держится общество.

Матери мира

Под словом «мать» я подразумеваю не только тех, кто родил детей. Если женщина не может иметь детей, это ни в коем случае не умаляет её значимости. Ведь понятие «мать» гораздо шире: мы можем быть матерями для всех нуждающихся, даря им любовь и заботу.

Когда женщина рождает ребёнка, у неё появляется молоко. Никакие смеси не идут в сравнение с настоящим молоком матери: во многом благодаря ему у ребёнка в первые месяцы жизни вырабатывается иммунитет. К тому же оно всегда нужной температуры и малыш получает его бесплатно.

Быть матерью – сложная работа. При этом не важно, становимся ли мы матерями по-настоящему или в фигуральном значении слова. Мы не получаем за это практически никакой отдачи, особенно от малышей. И всё же готовы каждый день выполнять рутинную работу, потому что делаем это ради любимых людей. К счастью, нам помогает в этом наш навык многозадачности.

Представьте себе, что увидели следующее объявление о работе:

Требуется помощь!

«На этой должности вам придётся проявить всю вашу креативность. Вы должны уметь оказывать первую помощь. Обязательны навыки приготовления еды и знание условий её хранения. Умение шить будет являться преимуществом. Мы ждём от вас знаний в преподавании, философии, бухгалтерском учёте, диетологии, терапии, дизайне интерьеров и тайм-менеджменте. Необходимы навыки ведения переговоров. Также от вас потребуются умение выводить сложные пятна с любых поверхностей и тканей. Приветствуется опыт садоводства. Умение управлять транспортным средством будет являться преимуществом, т. к. мы оказываем помощь по всему миру.

График работы: 365 дней в году в дневное и ночное время, выходные плавающие. Увольнение по собственному желанию не предусмотрено. Политика нашего предприятия пред-

полагает, что вы любите наших клиентов так сильно, что ради них готовы жертвовать здоровьем и даже жизнью. Вы должны молиться, волноваться за них и их супругов и не ждать любви в ответ. Вам также необходимо любить их детей и внуков и всеми возможными способами участвовать в их жизни.

Зарплата не предусмотрена».

Думаю, вы уже догадались, что это о вакансии матери.

При всей сложности такой работы многие считают её недостойной. Почему умная, образованная женщина должна тратить на это своё время? Какой тут подвох? Всё дело в том, что мы получаем взамен. Вместо зарплаты. Материнство – это крепкие отношения с близкими, сила воли, закалка характера и любовь потомков. Материнство – одна из немногих работ, которая непосредственно влияет на целые поколения.

Зачем это всё?

Если у вас ещё нет детей, вы, скорее всего, не раз задавались вопросом: «Как можно добровольно соглашаться на материнство, если это настолько сложно?»

Ответ: оно того стоит! Именно тут мы можем проявить свои природные таланты во всю их мощь. Биологически и психологически мы готовы к материнству, это наше призва-

ние, и оно доставляет нам удовольствие. К тому же это высочайшая миссия: без матерей не существовало бы человечества. Тут есть уточнение: не все могут родить. Когда женщина узнаёт, что она бесплодна, ей нередко кажется, что все надежды и мечты разрушились, жизнь лишилась смысла. Хотя и многие потом находят выход: кто-то усыновляет детей, а кто-то направляет всю свою энергию на помощь окружающим, старается совершать как можно больше добрых дел.

Те, кому довелось растить малышей, проживают с ними целую жизнь. Она полна душевной работы: одновременно и разрывает сердце, и наполняет его любовью – нас так многое связывает с детьми и внуками! Познав материнство, мы понимаем, что это ни с чем не сравнимый опыт, который мы ни на что не променяем.

Быть мамой – это навсегда

Материнский инстинкт не угасает в женщинах до самой старости. Недавно мы с дочерью Джиной и её новорождённым сыном ходили к ней на прежнюю работу, в дом престарелых. Так трогательно было наблюдать, как женщины довольно преклонных лет умилялись малышу, сколько невыразимой нежности было в их глазах...

Материнские инстинкты до сих пор очень сильны и во мне, хотя мои дети уже взрослые. Каждый раз, когда я слышу, как где-то неподалёку плачет ребёнок, моментально реа-

гирую, меня охватывает беспокойство. Причём, чем младше малыш, тем выше уровень беспокойства. Уверена, вам это хорошо знакомо. Мы всю жизнь переживаем за детей, даже за тех, которых никогда не видели.

Существует множество фондов, которые помогают новорождённым, оказавшимся в нужде: их матери подчас настолько бедны, что не могут позволить себе подгузники для ребёнка. В работе этих фондов участвуют в основном женщины. Им небезразлична судьба других женщин и их детей. Одна группа волонтеров занимается тем, что выкупает старые свадебные платья и шьёт из них погребальную одежду для мертворождённых. Другая присылает роженицам коробки со всем необходимым для первых дней жизни малыша.

Забота о детях – наш талант от природы, который мы применяем по-разному.

Мы нужны мужчинам

Эмоционально развитые мужчины ценят нас и готовы строить отношения, хотя порой это непростая задача. Мужчина надеется найти женщину, любящую его, которую он сам будет любить и оберегать. А нам предстоит поддерживать ту особую атмосферу, в которой возможно рождение романтической любви. Один мой знакомый как-то сказал: «Вы нас приручаете. Вы смягчаете наш темперамент, а ещё учите и вдохновляете нас».

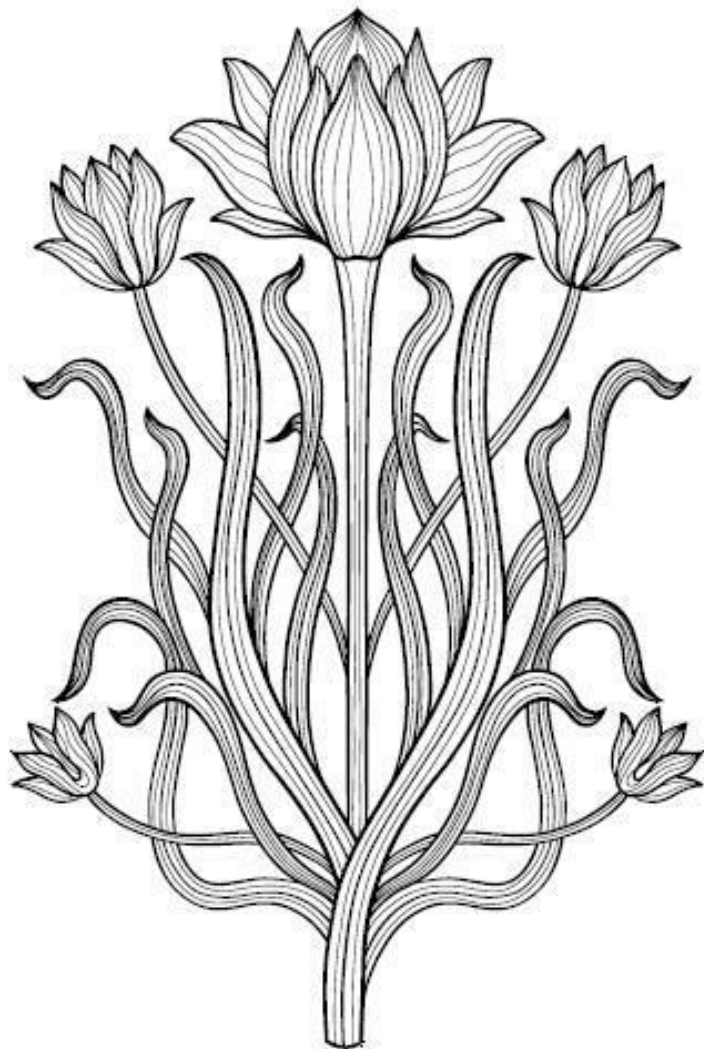
Не важно, какое социальное положение занимаете, на виду вы или в тени. Своей женственностью и очарованием вы можете повлиять на людей и сделать этот мир лучше.

Подытожим:

- Вашу значимость невозможно переоценить.
- Женщины оберегают цивилизацию и будущее человечества.
- Вклад женщин в мировую культуру так велик, что его невозможно оценить и облечь в слова.
- Женщины – матери этого мира. Мы создаём домашний уют, можем быть лидерами. Мы нужны мужчинам.
- Помните: вы невероятно ценны и значимы.

«У женщин граней характера больше, чем у отшлифованного алмаза. И если с одной стороны мы обнаружим скол, он не затмит блеска всего камня в целом».

Мэрили Анделин Сондерс, Королевский кинжал



Глава 3

Женская сила

«Женщины и правда правят миром. Просто они ещё этого не поняли. И когда они осознают свою силу – а это неизбежно произойдёт, – у нас будут большие проблемы».

Автор неизвестен

В 48 г. до н. э. Египтом правила царица Клеопатра. В то время активно росло и ширилось влияние Юлия Цезаря, будущего императора Римской Империи. Цезарь хотел контролировать египетские запасы зерна, и его вмешательство во внутреннюю политику Египта начало угрожать не только государству, но и самой Клеопатре. У царицы не было ничего, чем она могла бы повлиять на Цезаря, кроме её женственности. Но и этой силы оказалось достаточно. Клеопатре удалось убедить римлянина оставить её в статусе царицы, дать её государству возможность самим распоряжаться своими запасами. Более того, она сумела создать с Цезарем прочный союз. В результате они были вместе до самой его смерти. А после Клеопатре удалось выпросить привилегии у преемника Юлия Цезаря – Марка Антония. Чуть позже она даже вступила с Антонием в брак.

Клеопатра стала иконой стиля для римлянок, многие источники того времени свидетельствуют о том, как впечатля-

ло её умение подать себя. Внимания правительницы добивались многие высокопоставленные мужчины того времени, а ещё больше людей готовы были служить ей просто так, не ожидая ничего взамен. Клеопатра вовсе не была идеалом, не соответствовала тогдашним канонам красоты. Но она осознавала свои природные таланты и умела ими пользоваться. И до сих пор считается символом той духовной силы, которая есть внутри каждой женщины.

Эта сила не зависит от статуса и внешних данных, но почему-то не все женщины её осознают и применяют. А ведь с её помощью мы можем влиять на мир, творить добро и зло и успешно достигать личных эгоистических целей. Но, согласитесь, куда лучше использовать её ради благих дел.

Чтобы понять, в чём состоит женская сила, нужно сперва разобраться с тем, что такое наша человеческая сила в целом, и какие виды мы можем выделить.

Сила мужественности

Словарь Webster даёт следующее определение слова «сила» (power): «Способность действовать или добиваться какого-либо эффекта, умение держать ситуацию под контролем, быть авторитетом, оказывать влияние на людей». Некоторые из этих составляющих характерны для представителей обоих полов. Но вот контроль как одна из форм проявления силы всё-таки ближе мужчинам: они от природы агрессивнее жен-

щин, соперничают между собой. От них так и веет тестостероном и маскулинностью. Лучше всего они проявляют себя в борьбе – будь то ресурсы, конкуренция или репутация. Они сражаются за выживание как в прямом, так и в переносном смысле. И затем с полным правом смакуют победы, которые дались им большим трудом.

Мужчины чаще всего проявляют силу в следующих сферах:

- *Авторитет*: он зависит либо от статуса мужчины, либо от его уверенности в себе и правильности своего мнения.
- *Убеждение*: в сфере продаж или психологии.
- *Финансы*: в сфере переговоров или покупок.
- *Грубая сила*: в ситуации, когда кулак оказывается решающим аргументом.

Мужчины подходят к решению проблем поэтапно. Они отстраняются от эмоций, иногда забывая о том, как это может сказаться на отношениях с окружающими. Мужчины вообще редко принимают отношения в расчёт, полностью сосредотачиваются на своей цели, будто она – главный приз соревнований. Дело не только в собственно силе мускулов. Это, в более широком понимании, умение достигать поставленных целей. Не удивительно, что мужская сила действует несколько избирательно: это вполне естественно и даже необходимо для наиболее эффективного её применения. Благодаря своей силе мужчины строят города, открывают неизведанное, защищают свои дома. Хорошие, сильные

мужчины делают этот мир лучше. Иногда они бывают грубыми, но способны быть и утонченными.

Яркий пример мужчины, умело использовавшего свою силу, – Джордж Вашингтон. Во время американской войны за независимость у Континентального конгресса США было недостаточно ресурсов, чтобы воевать в полную силу, поэтому Вашингтону приходилось выстраивать тактику на отступлениях. Он всячески затягивал боевые действия, чтобы выиграть время и вымотать врага. На его счету не много очевидных военных побед, но президент делал куда большее: изо дня в день вдохновлял товарищей своей волей, несгибаемостью характера. Что немаловажно, он готов был терпеть лишения наравне со всеми. Он был авторитетным и убедительным лидером, и это помогло не только победить в войне, но и стать основателем целой нации.

Обычно мужчины используют мужскую силу, в то время как женщине свойственно нечто иное. Мы нашли свой особый способ воздействовать на мир, об этом чуть позже. Мужчины обычно крупнее и сильнее нас физически, тому способствовали тысячелетия эволюции. Конечно, некоторые из нас пытаются действовать по-мужски т. е. напрямую, сжав зубы и собрав волю в кулак. Но... зачастую это у нас получается намного хуже, чем у мужчин. В словарях ничего нет о разнице между мужской и женской силой. Возможно, именно поэтому нам так сложно вернуть себе женственность.

Из женщины мужчины не выйдет

Используя мужскую силу, мы становимся более маскулинными (проще говоря, мужеподобными), хотя это нам совершенно не идёт. К сожалению, общество считает, что только мужские качества помогут нам чего-то добиться в жизни. Множество мифов нового времени вынуждают женщин подражать сильному полу, но мифы скрывают очевидное: это против нашей природы. Уподобляясь мужчинам, мы становимся слабыми. И что? А то, что личная маскулинность может разрушить наше счастье. Мы становимся жертвами новых общественных веяний, а мужчины при этом остаются растерянными, подавленными, неудовлетворёнными. Порой и вовсе отдаляются, находят что-то другое – лишь бы самореализоваться.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.